



平成28年7月 献立表



日	曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー Kcal	タンパク g	脂質 g	食塩相当 量 g	備考
		副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1	金	豚おろしそうめん かぼちゃのそぼろ煮 牛乳 キウイ	プリン せんべい	麦茶 玉子ポーロ	豚おろしそ うめん	390	15.5	8.3	2.4	
2	土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) ボルシチ 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット		480	17.9	15.1	2.6	
3	日									
4	月	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 すいか	ヨーグルト 昆布	ぶどうジュース せんべい	ご飯	309	11.2	13.7	2.1	
5	火	ミートボール 青菜和え わかめ汁 グレープフルーツ	スポロン せんべい	麦茶 麩菓子	ご飯	347	15.1	11.8	1.9	
6	水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ 豆麩汁 キウイ	ジョア ビスコ	バナナ	ご飯	323	16.2	14.6	0.9	
7	木	切干し大根の含め煮 かぼちゃキッシュ なめこ汁 メロン	牛乳 おやつパン	ヨーク せんべい	ご飯	381	16.2	14.9	1.5	
8	金	冷やしうどん ささ身揚げ 牛乳 フルーツヨーグルト	麦茶 誕生ケーキ アイス		冷やしうどん	693	26	30.8	2.3	誕生会
9	土	メロンパン 牛乳	バナナ	ゼリー	メロンパン	334	9.1	8.9	0.4	保育参観
10	日									
11	月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳 メロン	ヨーグルト 小魚	リンゴジュース せんべい	ご飯	375	15.3	16	2	
12	火	ヒレカツ 温野菜 大根汁 グレープフルーツ	ヤクルト せんべい	プリン	ご飯	358	14.4	15.8	1.8	
13	水	赤魚の煮魚 ポテトサラダ わかめ汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	407	20.8	17.8	2.1	
14	木	きんぴらごぼう スクランブルエッグ すまし汁 キウイ	牛乳 ビスケット	スポロン せんべい	ご飯	358	14.4	15.8	1.8	
15	金	夏野菜スパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 すいか	野菜生活 じゃが丸くん	ヨーグルト	夏野菜スパ ゲッティ	556	21.7	18.4	2.7	
16	土	甘バターサンド グラタン 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	甘バターサン ド	648	21.7	24.8	1.5	
17	日									
18	月									
19	火	焼肉 ナムル とろりんスープ バナナ	ヨーグルト あたりめ	フルーツジュース せんべい	ご飯	348	20.4	14.7	2.2	
20	水	さんまのかば焼き 春雨サラダ わかめ 汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	431	18.2	22.3	2	
21	木	マーボーナス 花型卵 オクラ汁 メロン	アイス	ヨーク せんべい	ご飯	517	24.8	29.1	7.1	
22	金	カレーうどん ごぼうサラダ 牛乳 オレンジ	ジョア おにぎり	プリン	カレーうどん	540	18.7	19.9	2.3	新潟遠足
23	土	ツナコーンサンド ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	りんごジュース せんべい	麦茶 ビスコ	ツナコーンサ ンド	526	14.7	19.7	1.8	
24	日									
25	月	厚揚げの田楽 長いものそぼろ煮 けんちん汁 すいか	ヨーグルト 昆布	スポロン せんべい	ご飯	302	15.4	10.3	2.2	
26	火	鶏肉のバーベキューソース ポテトサラダ 豆腐汁 キウイ	ヤクルト チーズ クラッカー	牛乳プリン	ご飯	400	17.6	17.8	2.2	
27	水	カレイのマリネ キャベツ和え すまし汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	308	15.6	12.5	1.4	
28	木	オクラ入り五目納豆 かぼちゃの甘煮 豆麩汁 すいか	牛乳 せんべい	ヨーク スコ	ご飯	349	15.7	13.1	1.5	サマーキャン プ
29	金	卵とじそうめん 天ぷら 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 玉子ポーロ	卵とじそうめ ん	435	16.7	13.5	0.8	サマーキャン プ
30	土	ソフトフランス あんバター ビーフンソテー 牛乳 キウイ	野菜生活 ビスコ	麦茶 ビスケット	ソフトフランス あんバター	542	16.8	22	1.7	
31	日									

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園